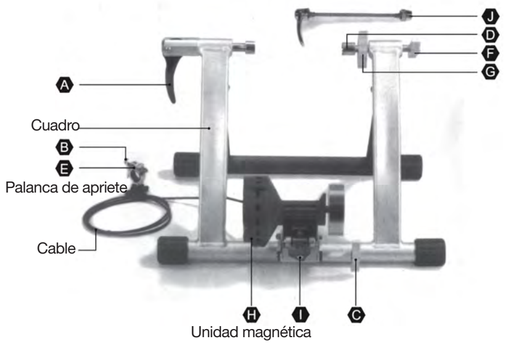
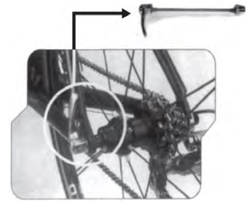
OBSERVACIONES IMPORTANTES



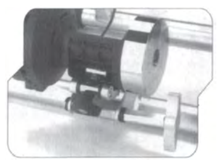
1. Lea y siga todas las instrucciones antes del uso.
2. Mantenga el manual de instrucciones al alcance de la mano.
3. Controle el producto antes de cada utilización para averiguar si tiene piezas flojas o si le faltan piezas.
4. Haga sus ejercicios de precalentamiento antes de empezar el entrenamiento.

COMO INSTALAR SU BICICLETA

1. Despliegue el cuadro y metalo en el suelo.



2. Reemplace el eje del dispositivo de fijación rápida de su bici por el eje del trainer **J**, que está incluído. Esto asegura un apriete ideal y estabilidad.



3. Coloque la placa de adaptación **C** en la posición 28" y afloje el tornillo de regulación fina **I**.

Aviso! Tenga cuidado al mover la unidad de resistencia.

COMO INSTALAR SU BICICLETA

4. Antes de meter la bici en el trainer gire la abrazadera del cubo derecho **D** y relaje la palanca **A** izquierda, para meter amplio espacio entre los acoples.

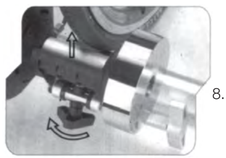
5. Instale el cubo trasero de la bici entre los acoples y ajuste el botón **F**, después cierre el cubo trasero apretando la palanca **A** sin forzar.

6. Gire la tuerca de mariposa **G** para fijar el botón **F**. Apriete hasta que esté seguramente fijado - NO APRIETE DEMASIADO!

COMO INSTALAR SU BICICLETA

28” **27”** **26”**

7. Ajuste la tuerca de mariposa **C**, para colocar la unidad magnética en la posición justa. Hay diferentes posiciones, para adaptar la unidad a bicis de 26", 27" o 28".

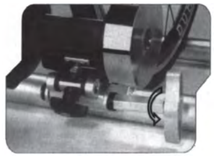


8. Ajuste el tornillo de regulación fina **I** dde tal manera que el rollo sea tan apretado contra el neumático que éste no derrape. Asegúrese de que el neumático tenga bastante aire.

NOTAS

Ajustar el tamaño de las ruedas con la tuerca de mariposa C.

Para ajustar el tamaño de la rueda de 26" o 27" a 28" gire la tuerca de mariposa en el sentido horario.



Para ajustar el tamaño de la rueda de 28" a 27" o 26" gire la tuerca de mariposa en contra del sentido horario.

Quitar la bici del cycletrainer

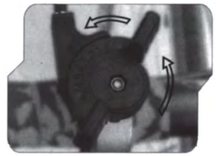
1. Afloje primero el tornillo de regulación fina **I**, para que el rollo se separe del neumático.
2. Afloje la palanca de apriete **A** y la tuerca de mariposa, para poder quitar la bici.

Instrucciones para un entrenamiento eficiente

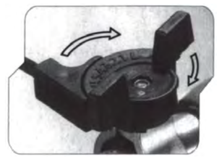
1. Un entrenamiento eficiente necesita cierta resistencia terminal - este trainer flúido aumenta progresivamente la resistencia con la velocidad de la rueda, como si se iría contra el viento o ascendiendo.
2. Puede variar su entrenamiento cambiando velocidades y cadencia.

NOTAS

Aumentar/reducir la resistencia



Para aumentar la resistencia gire el conmuuador del manillar en la dirección **H**.



Para reducir la resistencia gire el conmutador del manillar en la dirección **L**. El aparato mantiene un resto de resistencia aún en la posición más baja.

Cuidado con la utilización

1. Tenga cuidado de no tocar los rollos y las ruedas cuando se mueven.
2. Mantenga siempre las dos manos en el manillar y quedese sentado en posición normal de ciclismo.
3. Controle los acoples sujetando el cubo trasero por defectos y fisuras. Acoples defectos o fisurados pueden provocar accidentes.
4. Mantenga fuera del alcance de niños pequeños.
5. Antes del uso asegurese de que todos los pernos y casquillos están bien fijados.
6. No use nunca los frenos cuando usando el trainer. Eso desgasta inutilmente el neumático trasero y el trainer.
7. NO DESMONTE nunca el trainer. El desmontaje anula la garantía.

Bicycle Home Trainer

Beta CT-R03
Gamma CT-R04

ES

XLC International GmbH
Max-Planck-Str. 6-8, 97526 Sennfeld, Germany | info@xlc-parts.com | www.xlc-parts.com

J1 J2 J3 J4

- J1 vale para un diámetro de manillar de 31,8 mm
- J2 vale para un diámetro de manillar de 26,0 mm
- J3 vale para un diámetro de manillar de 25,4 mm
- J4 vale para un diámetro de manillar de 22,2 mm

En el volumen de entrega de su aparato hay 4 insertos de goma diferentes.

9. Coloque los insertos de goma correspondientes J1, J2, J3 o J4 en la abrazadera de fijación adecuada al diámetro de su manillar. Monte el conmutador en su manillar y apriete el tronillo **B**.